

## **ABSTRAK**

### **ANALISIS STRES KERJA KARYAWAN DIVISI TRANSAKSI ENERGI TERHADAP KINERJA OPERASI GABUNGAN PENERTIBAN PEMAKAIAN TENAGA LISTRIK (P2TL) TAHUN 2021 (STUDI KASUS PT PLN ULP WAY HALIM)**

**Oleh**

**Intan Herlinawati**

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan fenomena stres kerja yang terjadi pada karyawan Divisi Transaksi Energi PT PLN ULP Way Halim selama berlangsungnya operasi gabungan P2TL, mulai dari penyebab munculnya stres, dampak stres, cara mengelola stres sampai dengan kaitan stres kerja dengan kinerja karyawan selama operasi gabungan P2TL. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus intrinsik. Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan cara observasi, dokumentasi dan wawancara terhadap 5 informan utama dan 1 informan kunci. Berdasarkan hasil penelitian, stres yang dialami oleh karyawan mengacu kepada gejala stres ringan yang dialami karyawan divisi transaksi energi selama operasi gabungan P2TL. (1) Sumber pemicunya stres kerja adalah beban kerja yang tinggi, konflik peran dan lingkungan fisik yang kurang mendukung. (2) Dampak stres tersebut adalah karyawan menjadi lebih sensitif terhadap kritik, sakit kepala, timbulnya jerawat dan gangguan pencernaan. (3) Karyawan mengelola stres tersebut dengan cara mendengarkan musik, berfikir positif, membangun komunikasi tim yang baik dan meminimalisir adanya konflik. (4) stres kerja dalam tingkat ini membuat kinerja karyawan semakin meningkat.

**Kata Kunci : Stres Kerja, Faktor Stres, Dampak Stres, Manajemen Stres, Kinerja**

## ***ABSTRACT***

### ***ANALYSIS OF EMPLOYEE WORK STRESS IN THE ENERGY TRANSACTION DIVISION ON THE PERFORMANCE OF JOINT OPERATION CONTROLLING ELECTRICITY USAGE (P2TL) IN 2021 (CASE STUDY OF PT PLN ULP WAY HALIM)***

***By***

**Intan Herlinawati**

The purpose of this study is to analyze the phenomenon of work stress that occurs to employees of the Energy Transaction Division of PT PLN ULP Way Halim during the P2TL joint operation, starting from the causes of stress, the impact of stress, how to manage stress and the relationship between work stress and employee performance during joint P2TL operations. This research uses a descriptive qualitative research method with an intrinsic case study approach. Research data collection was carried out by means of observation, documentation and interviews with 5 main informants and 1 key informant. Based on the results of the study, the stress experienced by employees refers to symptoms of mild stress experienced by employees of the energy transaction division during joint P2TL operations. (1) The triggers for work stress are high workloads, role conflicts and an unsupportive physical environment. (2) The impact of stress is that employees become more sensitive to criticism, headaches, acne and digestive disorders. (3) Employees manage stress by listening to music, thinking positively, building good team communication and minimizing conflicts. (4) work stress at this level makes employee performance increase.

**Keywords: Job Stress, Stress Factors, Impact of Stress, Stress Management, Performance**